

L'acné

L'acné, quand, pourquoi, comment ?

- Au moment de la puberté, apparaît dans l'organisme une sécrétion plus importante d'hormones mâles ou androgènes. Elle est produite en petite quantité par les ovaires et les surrénales chez les filles et en plus grande quantité par les testicules chez les garçons.
- Les glandes sébacées de la peau qui sont attachées aux follicules pileux et s'ouvrent en surface au niveau des pores, sont très sensibles aux androgènes (mais de manière plus ou moins marquée selon les individus) : sous leur effet, elles augmentent de volume et secrètent davantage de sébum. Elles sont nombreuses sur le visage et le tronc.
- Cette sécrétion excessive de sébum a plusieurs conséquences :
 - la peau devient grasse et luisante : c'est l'**hyperséborrhée**.
 - le sébum en trop grande quantité s'écoule mal et s'amasse à l'intérieur des follicules entraînant la formation de **microkystes** et de **points noirs** ou **comédons**.
 - cette situation favorise la prolifération de microbes (appelés Propionibacterium acnes) qui vont déclencher une inflammation. Celle-ci se traduit par des **boutons rouges** avec parfois une tête blanche (**papulopustules**).
 - dans les cas plus sévères, lorsque les glandes sébacées sont très dilatées avec une inflammation importante, des grosseurs douloureuses apparaissent sous la peau enflammée : ce sont des **nodules**.

L'acné peut donc avoir des degrés de gravité divers : simple hyperséborrhée, points noirs et microkystes dans les acnés légères et débutantes, acné inflammatoire avec une majorité de papulopustules, acné nodulaire beaucoup plus sévère mais également beaucoup plus rare.

L'acné atteint surtout l'adolescent et dure quelques années, mais elle peut apparaître plus tardivement et/ou se prolonger très longtemps. Elle est bénigne mais a des conséquences esthétiques souvent très mal supportées, d'autant plus qu'elle peut laisser des cicatrices.

L'acné est une maladie de peau très fréquente, qui atteint, à des degrés divers, près de 90 % des garçons et des filles, au moment de la puberté.

Comment traite-t-on l'acné ?

- Pour les acnés débutantes ou légères
 - on utilise des traitements locaux, c'est-à-dire directement appliqués sur les zones atteintes, sous forme de crèmes, de gels ou de lotions.
 - certains aident à déboucher les pores et agissent sur les comédons et les microkystes : ce sont la vitamine A acide et ses dérivés et les acides de fruits.
 - d'autres agissent sur l'infection et l'inflammation : ce sont les antibiotiques locaux.
 - des nettoyages de peau peuvent également aider à faire disparaître les lésions.
- Pour les acnés plus importantes
 - Aux traitements locaux, le médecin peut associer :
 - du zinc, lorsque l'atteinte reste légère.
 - des antibiotiques généraux poursuivis pendant au moins trois mois.
 - un traitement hormonal chez les jeunes filles notamment quand le taux d'androgènes est trop élevé.
- Le traitement de l'acné est toujours long : il ne faut pas s'attendre à une amélioration du jour au lendemain. Il faut le suivre scrupuleusement et respecter une hygiène rigoureuse (toilette avec des produits doux, utilisation de crèmes hydratantes pour pallier les effets irritants de certains médicaments, démaquillage soigneux, éviter les crèmes grasses, les maquillages épais). Il est impératif de ne pas « triturer » les boutons car cela augmente le risque de cicatrices.
- L'alimentation ne joue guère de rôle. L'anxiété, le stress peuvent aggraver une acné, de même que certaines pilules contraceptives, et le soleil après un effet bénéfique transitoire.

Cachet du médecin